

Si su hijo no se siente bien

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos de los programas u otras maneras creativas para llegar a los padres y al personal de los programas.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

Si su hijo no se siente bien...

- ▶ **Controle cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe.** Es probable que algunos niños no puedan comunicar sus síntomas, lo que puede demorar su accionar ante la enfermedad. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo el virus H1N1 2009, y presentar síntomas respiratorios sin fiebre.

La fiebre es la temperatura tomada en la boca con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Si no puede tomar la temperatura, existen signos y síntomas que indican que su niño tiene fiebre. Por ejemplo: escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración.

- ▶ **Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente.** Estos signos de advertencia incluyen uno o más de los siguientes:
 - respiración acelerada, dificultades para respirar, falta de aire, detención de la respiración;
 - piel con coloración azulada, morada o grisácea especialmente en los labios y en el interior de la boca o alrededor de las uñas;
 - ingesta insuficiente de líquidos, negación a ingerir líquidos;
 - falta de orina, disminución en la cantidad de pañales humedecidos por orina, o falta de lágrimas al llorar;
 - vómitos graves o persistentes;
 - dificultad para despertarse o incapacidad para interactuar (por ejemplo: tranquilidad e inactividad poco común, falta de interés para jugar, sin interés por un juguete preferido);
 - estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan o no se consuela con nada;
 - dolor o presión en el pecho o estómago;
 - mareos repentinos;
 - confusión y
 - síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos.
- ▶ **Si su hijo o usted están enfermos** permanezcan en su casa por al menos 24 horas posteriores a la desaparición de la fiebre o de los síntomas de la fiebre (sin haber usado medicamentos antifebriles). Los niños y adolescentes con gripe no deben tomar aspirinas (ácido acetilsalicílico) ya que esto puede causarles una enfermedad rara pero grave denominada síndrome de Reye.
- ▶ **Asegúrese de que su hijo descansa bien y beba líquidos transparentes** (como agua, caldo, bebidas para deportistas) a fin de evitar la deshidratación. A los bebés sírvales bebidas electrolíticas como Pedialyte®.
- ▶ **Comuníquese con su proveedor de atención médica inmediatamente si un niño menor de 5 años se enferma.** Esto es importante porque los medicamentos antivirales que se usan para tratar la gripe funcionan mejor si comienzan a administrarse dentro de los 2 días de contraer la enfermedad. Su proveedor de asistencia médica le dirá cuál es el cuidado especial que necesita su hijo.

Para proteger a otros miembros de la familia...

- ▶ **Vacune a su familia** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009 conforme a las recomendaciones de los CDC.
- ▶ Haga que su hijo **tosa y estornude cubriéndose la boca con un pañuelo desechable** o con el ángulo interno del codo u hombro si no tiene pañuelos desechables. Asegúrese de que su niño tire los pañuelos luego de usarlos.
- ▶ **Asegúrese de que su hijo se lave las manos frecuentemente, en especial después de toser o estornudar.** Ayude a los niños más pequeños a lavárselas, con agua y jabón durante 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, puede utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol.
- ▶ **Limpie las superficies y los objetos que su hijo toca con frecuencia** con las manos, boca o fluidos corporales. Limpie estas superficies con el desinfectante para el hogar que se usa generalmente. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. No se recomienda desinfección adicional de estas superficies más allá de la rutina de limpieza.
- ▶ **Mantenga a su hijo enfermo en una habitación separada** (una habitación para enfermos) de la casa tanto como sea posible para limitar el contacto con los miembros de la familia que no están enfermos. Piense en designar a una única persona para que sea el principal cuidador del niño enfermo.

Para obtener más información sobre la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Medidas actuales del programa de infancia temprana o cuidado infantil

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos de los programas u otras maneras creativas para llegar a los padres y al personal de los programas.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

Medidas actuales del programa

Por el momento, el personal del programa y los niños que NO estén enfermos pueden asistir sin peligro alguno al programa de infancia temprana. Estamos trabajando estrechamente con el departamento de salud [condado/ciudad] y lo mantendremos actualizado sobre cualquier información importante con respecto a las actuales condiciones de la gripe.

Nuestro programa está tomando las siguientes medidas para ayudar a evitar que los niños y el personal se contagien la gripe.

- ▶ ***Alentar a nuestro personal a vacunarse contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009*** (si se recomienda).
- ▶ ***Alentar a los padres a que vacunen a sus hijos (de 6 meses y mayores)*** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009. Los niños menores de 5 años de edad corren con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe.
- ▶ ***Se insta y educa a los proveedores de cuidado infantil a que cubran su boca y nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar***, y se está educando a los niños para que hagan lo mismo.
- ▶ ***Los proveedores de cuidado infantil practican una buena higiene de manos*** y estamos brindando el tiempo y los suministros para que el personal y los niños se laven las manos tanto como sea necesario. Nuestro personal ayuda activamente a los niños a lavarse las manos con frecuencia.
- ▶ ***Estamos realizando controles de salud en los niños y el personal diariamente cuando llegan al programa de cuidado infantil.*** Asegúrese de que su información de contacto esté actualizada así podemos contactarlo en caso de que su niño esté enfermo y deba ser retirado.
- ▶ ***Si los niños o el personal presentan síntomas similares a los de la gripe deben permanecer en un espacio separado, pero bajo supervisión*** hasta que puedan volver a sus hogares. Además, estamos limitando la cantidad de personal que cuida a los niños enfermos.
- ▶ ***Estamos instando a aquellos padres, miembros del personal y niños que presenten enfermedades similares a la influenza a que permanezcan en sus hogares.*** Deben permanecer en su hogar hasta que haya desaparecido la fiebre por al menos 24 horas (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca), o los signos de la fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración). Esto debería poder determinarse sin usar medicamentos antifebriles (cualquier medicamento que contenga ibuprofeno o acetaminofeno).
- ▶ ***Limpiamos rutinariamente las superficies y los elementos*** que los niños frecuentemente tocan con las manos, bocas y fluidos corporales tales como los juguetes, cambiadores, sillas o materiales del patio de recreo.
- ▶ ***Podríamos tomar la decisión de cerrar temporalmente el programa si la circulación de la gripe por la comunidad es intensa.*** Considere otras alternativas para cuidar a los niños en caso de que debamos cerrar temporalmente. Verifique con su empleador si se le permite permanecer en su hogar para cuidar de sus niños. Consulte si puede trabajar desde el hogar. En caso contrario, comience a organizar otras alternativas para cuidar a sus niños.

Si las condiciones de la gripe se tornan *MÁS* graves, consideraremos incorporar las siguientes medidas:

- ▶ ***Extender el tiempo en que los niños o proveedores de cuidado infantil permanecen en sus hogares*** a al menos 7 días, incluso si se sienten mejor antes. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.
- ▶ ***Permitir que los niños y el personal con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe se queden en sus hogares.*** Los padres y miembros del personal deben tomar esta decisión tras consultar con sus proveedores de atención médica.
- ▶ ***Encontrar maneras de aumentar las distancias sociales*** (el espacio entre las personas) en nuestro programa. Por ejemplo, al dividir las clases en grupos más pequeños, distanciar las zonas de juego y organizar las clases y actividades al aire libre cuando el clima lo permita.
- ▶ ***Considerar el cierre temporal del programa*** en caso de que no podamos continuar funcionando debido a que muchos miembros del personal y niños permanecen en sus hogares o si los CDC o nuestro departamento de salud nos solicita cerrar para ayudar a disminuir la diseminación de la gripe en nuestra comunidad.

Para obtener más información acerca de la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Programa de infancia temprana o cuidado infantil

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos del programa de cuidado de infancia temprana u otras maneras creativas para llegar a los padres y los proveedores de cuidado infantil.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

[El programa de infancia temprana o cuidado infantil] en [nombre del programa] se ha suspendido debido a la gravedad de la gripe en el área. Los niños y el personal no deben asistir al programa.

Hemos estado trabajando estrechamente con el [condadolciudad] departamento de salud para determinar las condiciones actuales de la gripe en nuestra comunidad. El programa se suspenderá por [5-7] días para disminuir el riesgo de que los niños y los proveedores de cuidados infantiles se enfermen, y con el fin de limitar la diseminación del virus.

- ▶ *Es probable que el cierre del programa de infancia temprana disminuya la diseminación del virus si se lleva a cabo en forma temprana, cuando la gripe aparece en la comunidad y junto con otras medidas.*
- ▶ *Los padres deben averiguar si sus empleadores les permitirán permanecer en sus hogares para cuidar a los niños que asistan a los programas de infancia temprana o cuidado infantil que hayan suspendido sus actividades. Consulte si puede trabajar desde el hogar.*
- ▶ *Encuentre otras maneras de cuidar a sus hijos en su hogar. Trate de organizarse con sus vecinos, amigos, compañeros de trabajo o grupos de la iglesia para crear alternativas para cuidar a los niños en caso de emergencia. Esto consiste en organizar a los niños en grupos pequeños (por ejemplo, grupos de 6 o menos niños) y contar con un proveedor de cuidado infantil fijo.*

Brindaremos actualizaciones del cierre de [nombre del programa]. Para obtener más información llame al [número de teléfono] o visite nuestro sitio web [si el programa tiene un sitio web, ingresar la dirección del sitio web].

Para más información acerca de la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Medidas actuales del programa de infancia temprana o cuidado infantil

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos de los programas u otras maneras creativas para llegar a los padres y al personal de los programas.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

[Nombre del programa] los servicios reiniciarán el [fecha].

Aunque los niños y el personal puedan volver a las instalaciones, la gripe continúa diseminándose en la comunidad y usted puede tomar medidas importantes para ayudar a disminuir la diseminación.

- ▶ ***Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tose o estornuda.*** Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude sobre el ángulo interno de su codo u hombro, no sobre sus manos. Explique a sus hijos cómo hacer esto.
- ▶ ***Siga lavándose las manos con frecuencia con agua y jabón,*** especialmente después de toser o estornudar. También puede usar toallas desinfectantes para manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponibles. Los padres y los proveedores de cuidado infantil deben lavar las manos a los niños que todavía no pueden hacerlo por sí solos y controlar con atención a los niños que no se lavan las manos adecuadamente.
- ▶ ***Si un niño o miembro del personal del programa se encuentra enfermo debe quedarse en su hogar por al menos 24 horas hasta que la fiebre*** (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca), o los signos de la fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración) hayan desaparecido. Esto debería poder determinarse sin usar medicamentos antifebriles (cualquier medicamento que contenga ibuprofeno o acetaminofeno). *[Este consejo debe adaptarse si sus funcionarios de salud pública locales decidieran extender el período de tiempo durante el cual las personas deben permanecer en sus hogares.]*

Nuestro programa continuará realizando a diario controles de salud a los niños y al personal y enviará a los niños y personal que se encuentren enfermos a sus hogares.

Para acceder a actualizaciones del programa, llame al [número de teléfono], o visite nuestro sitio web en [dirección web].

Para más información acerca de la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.